

Bruno M. J. Schleeger, Jahrgang 1948.



Verheiratet, zwei Söhne; Volksschule, ein bisschen humanistisches Gymnasium, wieder Volksschule. Starkstromelektriker, Abendschule, Krankenpfleger, Dipl. Sozialarbeiter, Dipl. Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut / Kinder und Jugendlichenpsychotherapeut; Ausbildung in Psychodrama; in Gestalttherapie Stuart Alpert am Hartford Family Institute in Hartford, Connecticut - USA.

Buddhistische Praxis seit ca. 40 Jahren – zunächst unter Taisen Deshimaru Roshi – nach dessen Tod unter Fumon Nakagawa Roshi. Mitglied der „Saddharma-Sangha“ (Sangha des Wahren Dharma) des Zen-Klosters Daihizan Fumonji / Eisenbuch.

Mitbegründer des Analytischen Gestaltinstituts in Bonn (**AGI**) ; dort Ausbilder, Lehrtherapeut und Psychotherapeut. Lehrtherapeut am Gestalttherapie Institut Köln (**GIK**). Leitung einer therapeutischen Wohngemeinschaft mit Drogenabhängigen nach dem „Day Top“- Konzept. Dann Arbeit in einem Erziehungsheim mit schwererziehbaren Kindern und Jugendlichen. Dann in einem Heilpädagogischen Heim mit erwachsenen geistig Behinderten. Dort schwerpunktmäßig Arbeit mit Menschen mit leichter geistiger Behinderung und so genanntem „herausforderndem Verhalten“; heimübergreifend Teamberatung und Fortbildungen zu den Schwerpunkten „Teamarbeit - Teamklima“ sowie Arbeit mit aggressiven Menschen mit geistiger Behinderung.

Ein weiterer Schwerpunkt sind Fortbildungen zu den Themen „Achtsame Begegnung“ und „Umgang mit Menschen mit ‚herausforderndem Verhalten‘“.

Mein Leben spielt sich ab zwischen den Sätzen: ‚Alles ist, was es ist‘ und ‚manche Dinge müssen einfach „nur“ getan werden – das Leben ist kein Workshop‘ - und das ist gut so.

Wann: Freitag 4. Sept. (16.00) bis Sonntag 6. Sept. 2015 ca. (16.00)

Wo: Pauenhof - 47665 Sonsbeck - Pauendyck 1
Info zum Pauenhof: <http://www.pauenhof.de>

Unkosten: 135,- € plus Unterkunft und Verpflegung - ca. 75,- bis 95,- €
(je nach Unterbringung in Einzel- oder Mehrbettzimmer;
die Gruppe verpflegt sich selber)

Auskunft und Anmeldung - per e mail - über: **BrunoSchleeger@aol.com**

Bitte angeben: Name, Vorname / vollständige Adresse /
Telefon Nr.: / e – mail

Im Juni 2015 startet eine dreijährige Ausbildungs- und Supervisionsgruppe (Quereinstieg möglich– Info. über BrunoSchleeger@aol.com

Der Weg ..

Gestalttherapie und Zen Buddhismus

Workshop mit Bruno M. Jippō Schleeger

Freitag 4. Sept. 2015 bis Sonntag 6. Sept. 2015



Daigyo Fugen Bosatsu –
Bosatsu der großen Kraft
Kalligraphie von Sakai Tokugen Roshi

1. Ich gehe eine Straße entlang. Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig. Ich falle hinein, Ich bin verloren. Ich bin ohne jede Hoffnung. Es ist nicht meine Schuld. Ich bin wütend auf das Leben, das Schicksal, die Welt, die soooo gemein und unfair zu mir sind. Es dauert endlos, wieder heraus zu kommen

2. Ich gehe dieselbe Straße entlang. Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig. Ich tue so, als sähe ich es nicht. Ich falle wieder hinein. Ich kann nicht glauben, schon wieder am gleichen Ort zu sein. Aber es ist nicht meine Schuld. Das Leben ist ungerecht mit mir. Immer noch dauert es sehr lange herauszukommen.

3. Ich gehe dieselbe Straße entlang. Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig. Ich weiß davon ... ich sehe es. Ich falle immer noch hinein ... aus Gewohnheit. Meine Augen sind offen. Ich weiß, wo ich bin. Manchmal fühlt sich das Leben ungerecht an. Es ist meine Schuld. Ich komme sofort heraus.

4. Ich gehe dieselbe Straße. Da ist ein tiefes Loch; Ich gehe darum herum,

5. Ich gehe eine andere Straße.

6. Ich gehe eine andere Straße und versuche dazu beizutragen, dass andere nicht in das Loch im Gehsteig fallen.

Mit Gestalttherapie und Zen - Meditation wollen wir gemeinsam herausfinden, auf welcher Stufe wir stehen, und wie wir weiter kommen können.

Wie wir unserem Leben Gestalt geben

Ein Leben ohne Ängste, ohne Verzweiflung, ohne Trauer, ohne Schmerz, kurz, ohne Probleme gibt es nicht. Die Fragestellung ist daher nicht, wie ich alle Probleme, alles Unliebsame fortan aus meinem Leben verbannen kann; schon allein diese Frage ist eine Form des Größenwahnsinns. Die Frage lautet vielmehr, wie ich erreichen kann, dass all diese Dinge lebens**begleitend** und nicht lebens**bestimmend** werden.

Schmerz ist Schmerz und lässt sich nicht vermeiden, aber wenn wir uns an Schmerzen festhalten, wird aus Schmerz Leiden; wir selber können entscheiden, ob wir „nur“ der **Adressat** oder auch der **Empfänger** von Schwierigkeiten sind.

Vier Schwerpunkte versuche ich daher immer wieder in meine Arbeit einzubringen

- 1- Mach' es so einfach wie möglich – „Wo ist das Problem?“
- 2- In erster Linie nicht nach Antworten suchen, sondern nach Unterstützung darin, mit Fragen Leben zu lernen; Fragen ohne vorschnelle (Pseudo-) Antworten auszuhalten. Wenn der Satz „Der Weg ist das Ziel“ stimmt, dann ist auch der Satz „die Frage ist die Antwort“ richtig!
- 3- Mich interessiert wer Du **bist** – hier und jetzt – nicht wer Du **sein willst** Je mehr ich mich annehme so wie ich in jedem Augenblick bin, desto eher kann ich der werden, der ich sein möchte ...oder anders ausgedrückt: warum bin ich nicht derjenige, der ich sein möchte vs. warum möchte ich nicht derjenige sein, der ich bin ?
- 4- Ich kann meinem Leben nur einen Sinn geben, wenn ich jedem einzelnen Augenblick einen Sinn gebe. „Keine Schneeflocke fällt auf einen falschen Platz“

Da unsere grundlegenden Bedürfnisse recht einfach sind, sind auch die Antworten darauf einfachbin; ich bin der Überzeugung, dass es hilfreich ist, „einfach“ zu bleiben:

- Wir alle wollen gesehen werden und für das was wir **sind** – nicht das was wir **tun** - geliebt werden – eine Bedeutung haben
- Wir alle möchten dazu gehören – einen (sicheren) Platz haben, wo wir sein können, wo wir „hingehören“
- Wir alle möchten (mit-) spielen – selbst wenn wir die „Spiel“- Regeln nicht kennen

Leider haben wir alle daneben auch einen Teil in uns, der mit viel Energie diesen Wünschen entgegenarbeitet; Haben wir diesen Teil? Oder hat dieser Teil uns? Wer ist der „Herr im Haus?“

Das Leben stellt nur eine einzige Anforderung an uns – nämlich das wir es leben. Nicht das Leben, was wir gerne hätten, sondern das, was wir - von Augenblick zu Augenblick – haben, egal, ob wir es schön, schwer, ungerecht, schmerzhaft, belastend oder wie auch immer finden.



... und ... was soll das ganze ...?

Vom Suchen und Finden – Vom Unterwegssein und Ankommen
Academia Verlag St. Augustin 1995 - ISBN: 3-88345-629-2



... und wo ist das Problem ... ?

Zen Buddhismus und Gestalttherapie

Peter Hammer Verlag 2008 - ISBN: 978-3-7795-0180-0

Für diesen Workshop sind Vorkenntnisse weder über Gestalttherapie noch über Zenbuddhismus erforderlich

Warum verschwenden wir nur so viel Lebenszeit und Lebensenergie darauf, dafür zu sorgen, dass es uns schlecht geht?

Warum können wir damit nur soooo schwer aufhören und nicht immer wieder in die gleiche Sackgasse laufen?

Keine Maus käme je auf die Idee eine Mausefalle zu konstruieren!

In wessen „Auftrag“ arbeiten wir eigentlich immer wieder daran, dass es uns schlecht geht?

Warum ist es uns offensichtlich wichtiger Recht behalten als zu wachsen?

Wer hat das Sagen? Wer ist „der Herr im Haus“? Hat die Angst mich oder habe ich die Angst?

Die Angst, die **ich habe**, macht mich frei; die Angst, die **mich hat**, sperrt mich ein!

Welche Antworten und welche Wege zeigen uns Gestalttherapie und Zen Buddhismus auf?

Willst du den Buddha suchen, aber dir gleichzeitig deine Gefühle bewahren, dann zerrst du ein Netz auf einen Berg, um Fischen eine Falle zu stellen.

Baozhi

Leidvoll sind alle Denkbewegungen, die nicht zur Befreiung des Geistes führen. Erkennen ist daher in Wahrheit niemals leidvoll, auch wenn es manchmal schmerzhaft ist. Verkennen und Einbildung sind hingegen stets leidvoll, auch wenn sie manchmal angenehm erscheinen.

Patanjalis Sutra

Wir alle wissen, was zu tun und was zu lassen ist, aber durch unsere ewige Fragestellerserei machen wir uns weiß, wir wüssten nichts.

Renigald Blyth

Es ist sinnlos, von Optimismus oder Pessimismus zu sprechen. Man muss sich nur eins merken: Wenn einer im Kartoffelacker seine Arbeit gut tut, gedeihen die Kartoffeln. Und wenn einer auf der Welt seinen Beitrag nach bestem Vermögen leistet, gedeihen die Menschen. Das ist die Realität – der Rest ist Schall und Rauch.

Danilo Dolci

„You got everything – except one thing: madness – men needs a little madness or else he never dares to cut the rope ... and be free!“

Alexis Sorbas